

ASERTIVITAS DAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS KEDOKTERAN

Dias Amartiwi Putri Gavinta, Sri Hartati

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

dias.amartiwi@gmail.com

Abstrak

Menjadi mahasiswa kedokteran adalah impian banyak orang, namun bukan hal yang mudah untuk menjalani aktivitas sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran. Mahasiswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan perubahan dalam sistem pembelajaran yang berbeda ketika berada di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asertivitas dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama yang berjumlah 156 mahasiswa. Sampel penelitian berjumlah 85 mahasiswa yang diperoleh dengan *convenience sampling*. Data dikumpulkan dengan Skala Penyesuaian Diri (36 aitem; $\alpha = 0,89$) dan Skala Asertivitas (20 aitem; $\alpha = 0,85$). Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara asertivitas dengan penyesuaian diri ($r_{xy} = 0,55$; $p < 0,001$). Sumbangan efektif asertivitas terhadap penyesuaian diri sebesar 30%.

Kata kunci: asertivitas, penyesuaian diri, mahasiswa tahun pertama

Abstract

Entering medical school is a common dream for almost everyone, but being medical student is not as simple as it seems. The learning system is extremely different from high school system. Medical students are divided into groups to learn, discuss, and prove themselves in order to get excellent grades. The aim of this study is to investigate the correlation of assertiveness and adjustment on first year medical student at Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta University. This study involved 85 students whom determined using convenience sampling. To collect data, two scales were used: the Adjustment Scale (36 items; $\alpha = .89$) and the Assertiveness Scale (20 items; $\alpha = .85$). The result of data analysis revealed that there is a significantly positive correlation between assertiveness and adjustment ($r_{xy} = .55$; $p < .001$). Assertiveness contributes 30% to self adjustment of the medical students.

Keywords: assertiveness, adjustment, first year medical student

PENDAHULUAN

Mahasiswa fakultas kedokteran harus mampu mencapai kompetensi sesuai dengan standar yang berlaku ketika lulus dari Fakultas Kedokteran (Dalyono, 2007). Terdapat tujuh kompetensi yang wajib dikuasai oleh lulusan fakultas kedokteran. Untuk mencapai kompetensi yang diharapkan, model kurikulum yang sesuai adalah Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) (Konsil Kedokteran Indonesia, 2006).

Sistem KBK ini menuntut mahasiswa untuk terus belajar agar tidak tertinggal dalam setiap materinya, lebih mandiri, disiplin, tanggung jawab, aktif dan lebih rajin mencari pustaka baik melalui jurnal maupun *textbook*. Peralihan dari siswa SMA menjadi mahasiswa memberikan tantangan tersendiri bagi individu. Berpindah dari seorang senior di sekolah menengah atas menjadi mahasiswa baru di universitas mengulang kembali *top-dog phenomenon* dalam hal perubahan dari siswa yang paling muda dan paling tidak berkuasa yang terjadi sebelumnya di awal masa remaja (Santrock, 2002).

Transisi dari sekolah menengah atas atau sederajat ke perguruan tinggi menghadapi remaja pada perubahan dan tuntutan-tuntutan sehingga diperlukan adanya penyesuaian diri (Vembriarto, 2003). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Christyanti, Mustami'ah, dan Sulistiani (2010) menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran yang memiliki penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik yang baik, memiliki kecenderungan yang rendah untuk mengalami stres. Kondisi tersebut membuat mahasiswa harus mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan belajar dan teknik pengajaran yang baru.

Penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik, dan frustrasi. Bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan di dalam dirinya dengan harapan dari lingkungan (Schneiders, dalam Agustiani, 2009). Lingkungan, yang terdiri dari lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat memiliki unsur-unsur interaksi didalamnya (dalam Ali & Asrori, 2014).

Alwisol (2008) menyatakan bahwa kelompok sosial tempat individu berada mempengaruhi pembentukan kepribadian karena menjadi anggota dalam kelompok individu memasuki lingkungan sosial dan sistem nilai tertentu, sehingga kebutuhan (*needs*) tertentu akan diekspresikan secara berbeda pula tergantung kepada lingkungan dimana individu berada. *Needs* memiliki cara khusus untuk mengekspresikan cara pemecahannya. Salah satu bentuk individu berekspresi adalah dengan mengkomunikasikannya. Asertivitas dapat membantu mahasiswa dalam mengekspresikan kebutuhan mereka dan akan membantu individu dalam membangun cara yang efektif untuk mengekspresikan diri, menjaga harga diri, dan menunjukkan rasa hormat kepada individu lain (Alberti & Emmons, 2001).

Menurut Stein dan Book (2002) dengan asertivitas individu dapat mencapai cita-cita mereka, yaitu karena individu memberi tahu secara jelas kepada individu lain mengenai apa yang mereka butuhkan atau inginkan, tentang keyakinan mereka, atau apa yang sedang mereka rasakan, namun tetap memperhatikan serta menghormati pendapat individu lain. Bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta komunikasi yang baik sangat dibutuhkan terutama pada saat ujian lisan, SOCA. Mahasiswa diminta untuk dapat menganalisis satu kasus yang kemudian akan mempresentasikan hasil analisis yang telah ia buat didepan dosen penguji. Salah satu komponen asertivitas adalah kemampuan dalam mengungkapkan keyakinan dan pemikiran secara terbuka, dengan dimilikinya asertivitas pada mahasiswa tahun pertama maka diharapkan akan mempermudah ia dalam menjalani ujian lisan dengan baik.

Penyesuaian diri merupakan alih bahasa dari *adjustment*, penyesuaian diri dilakukan sepanjang hidup manusia. Individu sejak lahir berusaha memenuhi

kebutuhannya yaitu kebutuhan fisik, psikis, dan sosial. Dipenuhinya kebutuhan-kebutuhan tersebut karena adanya dorongan-dorongan yang mengharapkan pemuasan (Sundari, 2005). Schneiders (1964) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri yang baik meliputi enam aspek, yaitu: (1) Mengontrol emosionalitas yang berlebihan. (2) Mengatasi mekanisme psikologis. (3) Mengatasi perasaan frustrasi pribadi. (4) Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri. (5) Belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu. (6) Sikap realistik dan objektif. Menurut Schneiders (dalam Ali & Asrori, 2014), terdapat lima faktor yang dapat memengaruhi proses penyesuaian diri, yaitu: (1) Kondisi fisik. (2) Kepribadian. (3) Pendidikan. (4) Lingkungan. (5) Budaya dan agama.

Stein dan Book (2011) berpendapat bahwa individu yang asertif mampu menyatakan perasaan dan keyakinan-keyakinan secara langsung dan tidak dilakukan secara agresif atau kasar. Asertivitas melibatkan kemampuan berkomunikasi dengan jelas, spesifik, tidak ambigu, dan juga peka terhadap kebutuhan dan respon individu lain di saat tertentu. Stein dan Book (2002) mengungkapkan tiga komponen dasar dalam asertivitas, yaitu: (1) Individu dengan asertivitas dapat mengekspresikan perasaan dan pendapatnya secara jelas. (2) Kemampuan mengungkapkan keyakinan dan pemikiran secara terbuka. (3) Kemampuan untuk mempertahankan hak-hak pribadi dengan tetap menghargai pandangan dan kebutuhan individu lain.

Asertivitas dapat menjadi solusi terbaik bagi mahasiswa kedokteran untuk dapat mengkomunikasikan kebutuhannya, membela diri dan mempertahankan diri dalam dunia baru dalam bentuk yang rileks, lebih menyenangkan, dan lebih sehat bagi perkembangan psikologis mahasiswa. Mahasiswa yang asertif juga memungkinkan untuk mampu menjalin hubungan interpersonal yang baik dengan sesama mahasiswa dan juga dosen. Mahasiswa yang memiliki hubungan interpersonal yang baik maka akan mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Terjadi hubungan tidak langsung antara asertivitas dengan penyesuaian diri pada mahasiswa FK UPN "Veteran" Jakarta.

Berdasarkan uraian di atas, tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara asertivitas dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta. Hipotesis pada penelitian ini, yaitu terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara asertivitas dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta. Semakin tinggi asertivitas maka semakin baik penyesuaian diri, begitu pula sebaliknya.

METODE

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta. Populasi penelitian berjumlah 156 mahasiswa, sedangkan sampel penelitian berjumlah 85 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *convenience sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Penyesuaian Diri (36 aitem) dan Skala Asertivitas (20 aitem). Setiap skala terdiri atas pernyataan yang diikuti

dengan empat pilihan jawaban, yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), S (Sesuai), dan SS (Sangat Sesuai). Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana dengan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 21.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara asertivitas dengan penyesuaian diri pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta ($r_{xy} = 0,55$; $p < 0,001$). Semakin positif asertivitas maka semakin tinggi penyesuaian diri, begitu sebaliknya. Dengan demikian, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, dapat diterima.

Mahasiswa yang mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus serta kurikulum yang sedang berjalan akan memudahkan mahasiswa dalam belajar serta bersosialisasi dengan teman-teman dan para dosen. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kusumaningsih dan Mulyana (2013) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri. Semakin tinggi komunikasi interpersonal siswa remaja, maka semakin baik penyesuaian dirinya, begitu pula sebaliknya.

Schneiders (dalam Ali & Asrori, 2014) menyatakan bahwa faktor kepribadian yang pengaruhnya sangat menonjol terhadap proses penyesuaian diri adalah kemauan dan kemampuan untuk berubah, semakin kaku dan tidak ada kemauan serta kemampuan untuk merespons lingkungan, maka semakin besar kemungkinannya untuk mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri. Kebutuhan (*needs*) tertentu akan dikembangkan secara berbeda dan diekspresikan secara berbeda pula tergantung dimana individu berada pada lingkungan tertentu (Alwisol, 2008). Individu dapat mengekspresikan apa yang mereka inginkan atau butuhkan salah satunya dengan asertivitas. Menurut Bishop (2010), asertivitas merupakan komunikasi yang efektif. Individu yang mampu melakukan respon yang matang, memuaskan, dan sehat dapat dikatakan memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik (Ali & Asrori, 2014).

Hasil deskripsi subjek dalam variabel penyesuaian diri menunjukkan bahwa sebesar 1.18% subjek berada pada kategori sangat rendah, 40% subjek berada pada kategori sedang, 56.47% berada pada kategori tinggi, 2.35% berada pada kategori sangat tinggi. Dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek penelitian memiliki penyesuaian diri yang tinggi. Hasil deskripsi subjek dalam variabel asertivitas menunjukkan bahwa sebesar 10.59% subjek berada pada kategori sedang, 70.59% subjek berada pada kategori tinggi, 18.82% berada pada kategori sangat tinggi. Dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek penelitian memiliki tingkat asertivitas yang tinggi.

KESIMPULAN

Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara asertivitas dengan penyesuaian diri pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta ($r_{xy} = 0,55$; $p < 0,001$). Semakin positif asertivitas

maka semakin tinggi penyesuaian diri, begitu sebaliknya. Dengan demikian, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, dapat diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. A. (2009). *Psikologi perkembangan: Pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja*. Bandung: Refika Aditama.
- Alberti, R. & Emmons, M. (2001). *Your perfect right: Assertiveness and equality in your life and relationship. (8th edition)*. California, CA: Impact Publishers, Inc.
- Ali, M. & Asrori, M. (2014). *Psikologi remaja, perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Alwisol. (2008). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Bishop, S. (2010). *Develop your assertiveness. (2nd edition)*. New Delhi: Replika Press.
- Christyanti, D., Mustami'ah, D., & Sulistiani, W. (2010). Hubungan antara penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik dengan kecenderungan stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya. *Jurnal INSAN*, 12, 153-159.
- Dalyono. (2007). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Konsil Kedokteran Indonesia. (2006). *Standar pendidikan profesi dokter*. Jakarta: Konsil Kedokteran Indonesia.
- Kusumaningsih, M., R. & Mulyana, O., P. (2013). Hubungan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri pada siswa remaja. *Character*, 2, 1-7.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development: Perkembangan masa hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. New York, NY: Rinehart and Winston, Inc.
- Stein, S. J., & Book, H. E. (2002). *Ledakan EQ: 15 prinsip dasar kecerdasan emosional meraih sukses*. Bandung: Penerbit Kaifa.
- Stein, S. J., & Book, H.E (2011). *The EQ edge: Emotional intelligence and your success*, (3rd Edition). Ontario: John Wiley & Sons Canada Ltd.
- Sundari, S. (2005). *Kesehatan mental dalam kehidupan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Vembriarto, S. T. . (2003). *Sosiologi pendidikan*. Jakarta: BPK Gunung Agung.